

Fondé sur les enseignements de
OLIVIER MANITARA

RENCONTRER L'ÂME DES PSAUMES DES ARCHANGES

Essences de méditation

École du cœur - Cours 9



ÉCOLE ÉSSENIENNE

© ÉCOLE ESSÉNIENNE 2024
Tous droits réservés pour le monde
(textes, dessins, schémas, logos, mise en page, concept)

Dépôt légal :
École Essénienne – Bourg-Dessous 31 - 1088 Ropraz VD - SUISSE
ecole-essenienne.world
info@ecole-essenienne.world



Remerciements à toute les équipes de l'École Essénienne
et de l'Ordre des Hiérogrammates pour la réalisation de ce cahier

Rédaction : Stéphanie Macke

Graphisme : Stéphane Despouy

Relecture/correction : Caroline Ehret et Isabelle Dobby

Mise en page : Sonia Ratel

Coordination : Sara Devantéry

également un grand merci à

Sukha.ch

Graphisme de la mise en page du cours

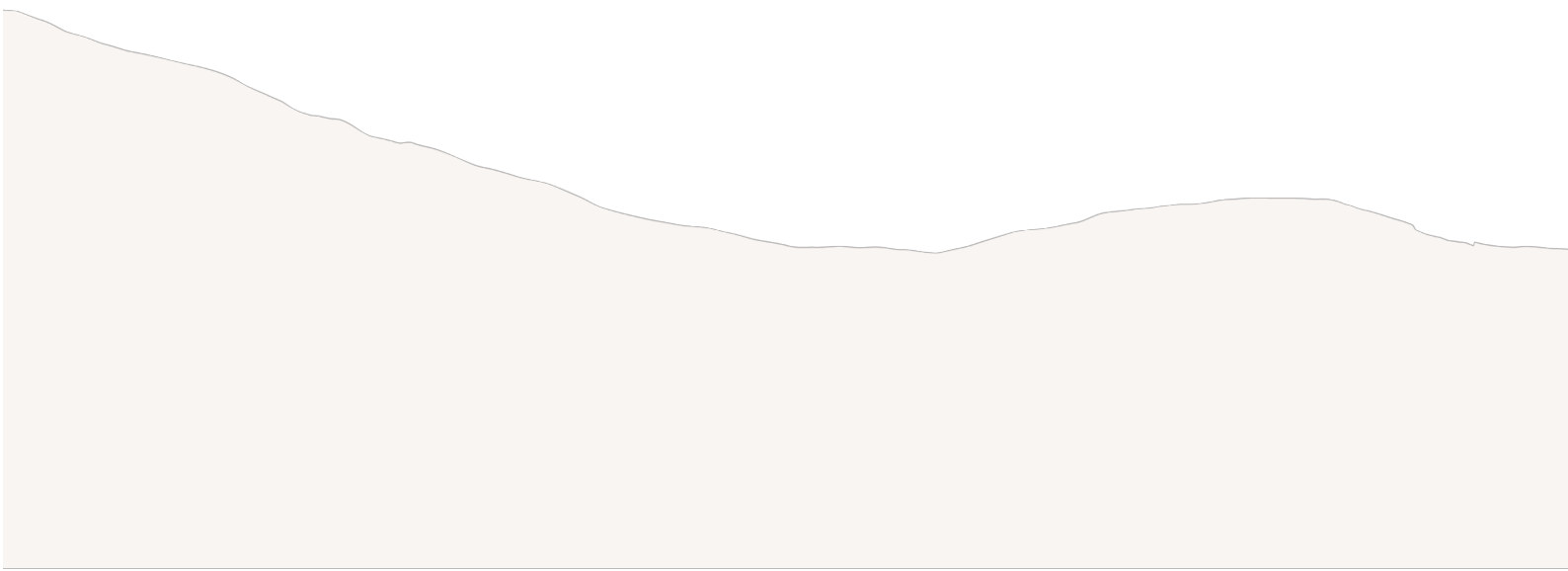
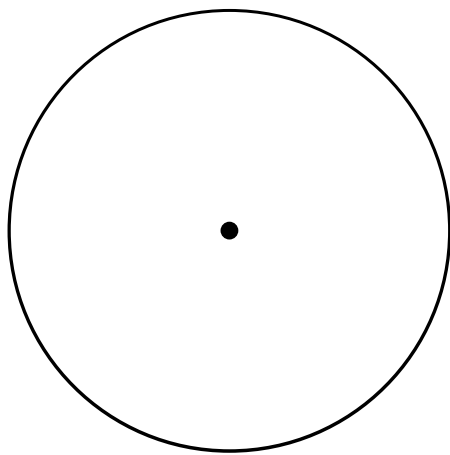
Jan Kop iva sur Unsplash

Photo de couverture

Les cours présentés au sein de l'École essénienne
sont réalisés à partir des enseignements transmis par Olivier Manitarà
durant 30 ans, entre 1990 et 2020.

Ces enseignements représentent un trésor inestimable
pour l'humanité en marche et, par ces cours,
nous entendons préserver ce patrimoine sacré,
le rendre accessible à tous et le transmettre
le plus fidèlement possible
aux générations futures.





École du cœur

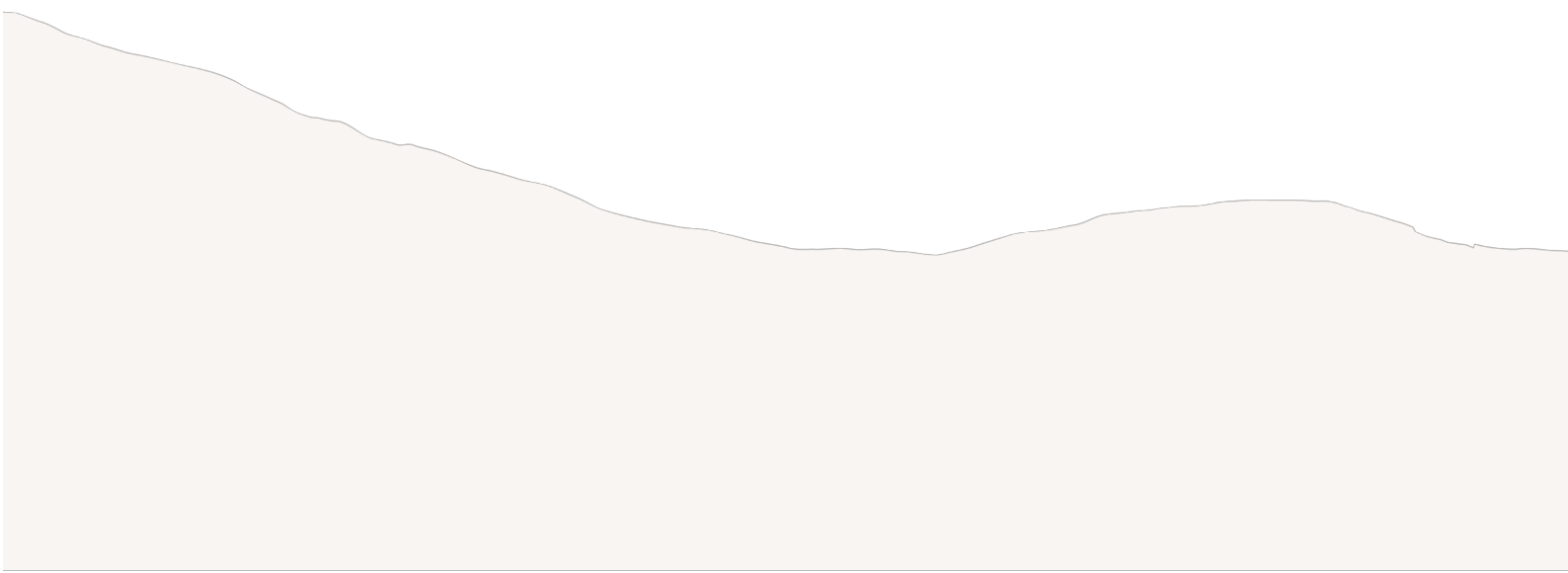
Cours 9

RENCONTRER L'ÂME
DES PSAUMES DES ARCHANGES
Essences de méditation



Table des matières

INTRODUCTION	1
Essence de méditation 1 ALLER À LA RENCONTRE DES PSAUMES	4
Essence de méditation 2 S'ÉMERVEILLER	7
Essence de méditation 3 L'ART DE GOÛTER A LA LUMIÈRE	10
Essence de méditation 4 QUI SONT LES ÊTRES QUI HABITENT LES PSAUMES ?	12
Essence de méditation 5 QUE LES PSAUMES SOIENT TES GUIDES DE LUMIÈRE	13
Essence de méditation 6 L'ART DE LA BONNE PRÉPARATION	15
Essence de méditation 7 L'AGRICULTURE SACRÉE	17
Essence de méditation 8 ACTIVATIONS PRATIQUES	19
PRIÈRE	22
CONCLUSION	23



INTRODUCTION



L'objectif de ce cours est de donner des clés et des approches sous forme pragmatique pour s'approcher des psaumes de la Bible essénienne, sous forme d'essences de méditation.

Par des exemples concrets, il s'agit de t'offrir des outils qui te permettront de développer une approche juste du sacré vivant dans les psaumes, en passant par le chemin de la concentration et de l'intériorisation, apportant des points d'ancrage à la pensée.

*« Ces essences de méditation sont des clés
qui permettent d'ouvrir les portes
du royaume des êtres de lumière
qui animent les psaumes. »*

Si la pensée est juste alors les sentiments et les actes qui en découleront le seront. S'approcher d'un grand savoir peut parfois être vertigineux et on peut s'y perdre. C'est pourquoi il est important de développer une concentration sur des bases simples.

La sagesse dit qu'il faut toujours commencer dans le petit, puis un pas après l'autre aller vers le plus grand ; commencer avec ce qui est proche de nous, palpable et compréhensible, au risque de vite entrer dans un savoir qui déracine sans en avoir forcément conscience.

Ce cours te permettra de mieux appréhender la réalité magique des psaumes de la Bible essénienne et de renforcer ton lien de lumière avec les êtres de lumière vivants dans les psaumes. Tu y trouveras des clés pour engendrer un travail intérieur d'agriculture sacrée.

Lire la Bible essénienne c'est aller à la rencontre des paroles des Archanges qui ont été appelées « psaumes » pour rappeler leur aspect divin à l'image des psaumes de l'ancien testament.

Rencontrer un psaume, c'est rencontrer Dieu mais pour cela une attitude intérieure de respect est nécessaire.

*« Que celui qui a des yeux voit
et que celui qui a des oreilles entende »*

C'est réellement cela, d'avoir d'autres yeux que les yeux physiques et d'autres oreilles que les oreilles du corps physique qui sont capables d'entendre.

Si tu banalises le sacré tu ne pourras pas le goûter. Ces psaumes sont le nectar des Dieux, une puissance de clarté, de dégagement et de guérison. Ils sont offerts par un monde supérieur à l'humanité, et plus on cultivera cette approche sacrée plus les esprits des psaumes pourront rayonner dans l'humanité et toucher les êtres, les éclairer et les guérir.

Lorsque tu t'approches des psaumes, fais-le avec une attitude intérieure de dévotion et de respect.

Chaque mot a une résonance magique dans d'autres mondes plus vastes même si tu ne peux le percevoir.

Les psaumes sont une révélation d'un monde supérieur, mais il ne faudrait pas que cela reste une croyance intellectuelle, sinon on entrerait dans la superstition. Le seul chemin c'est l'expérimentation ou l'art de mettre en pratique ce que l'on a reçu.

La véritable religion est une science qui repose sur des lois. C'est d'ailleurs très rassurant car une loi a quelque chose d'immuable, de stable, en tout cas dans les mondes divins, car dans le monde de l'homme tout change en fonction de l'époque et du moment et des intérêts des êtres qui gouvernent. Les lois divines sont éternelles contrairement aux lois pensées par le monde des hommes, elles sont la science sacrée de la religion qui relie tous les mondes.

« Si tu veux connaître le bonheur, ne prends pas comme modèle celui qui gouverne le monde des hommes. Sois respectueux de la loi divine et des hiérarchies qui gouvernent les mondes. Fais entrer la maîtrise dans ta vie.

Commence par ce qui est petit, simple, à ta portée. Apprends à contrôler ton corps, à le diriger, à le faire obéir à ta pensée consciente et claire.

Apprends à te discipliner, mets du sens et de l'intelligence dans tout ce que tu entreprends. Mets de l'ordre et de la lumière dans ta vie. Commence par les petites choses, réalise-les et grandis petit à petit. »

*Psaume 65 v 6-7 Évangile de l'Archange Ouriel
« Deviens un maître authentique
par la connaissance et le respect des lois divines »*



ESSENCE DE MÉDITATION 1

ALLER À LA RENCONTRE DES PSAUMES



Aller à la rencontre du grand Mystère de Dieu la Lumière, c'est développer la science de la rencontre avec les psaumes.

Dans le mot ren-contre on entend « contre » c'est le résultat de deux forces qui entrent en contact, qui vont engendrer une rencontre. Ce sont comme deux mondes qui « s'entrechoquent », pour produire un éveil. À l'image de l'homme qui dort paisiblement lorsque tout à coup il se met à pleuvoir, alors il sort de son sommeil, il s'éveille à une autre réalité que celle du monde des songes. Les psaumes ont cette capacité de te sortir du monde de l'illusion et de l'endormissement.

Toi tu es là avec ton monde, tes pensées, tes attentes, tes intérêts et tu établis un lien avec un psaume qui lui est issu d'un autre monde qui répond à des lois éternelles immuables. Évidemment cela vient éveiller un autre monde en toi, celui de la lumière, de la grandeur et des vertus. Un psaume par la lumière qui émane de lui va venir travailler sur ta matière, en fonction de ta capacité d'accueil.

C'est une perfection, si on accepte librement d'être travaillé par la lumière et de la laisser agir sur nous sans y mettre nos concepts.

Les psaumes des Archanges contiennent cette lumière, cette force qui est une magie divine qui remet chaque chose à sa juste place.

Voici l'extrait d'un dialogue théurgique d'Olivier Manitarà avec L'Archange Michaël :

« La récitation des psaumes est fondamentale, car ils sont l'intelligence et l'âme du nouveau corps. Ces psaumes doivent être vivifiés et transmis d'une façon juste afin de demeurer vivants et purs.

L'homme doit les prononcer dans la pureté, sans rien attendre ou chercher, car la magie des psaumes va agir d'elle-même, et ils vont apporter exactement ce dont l'homme a besoin sur le moment.

Cela sera différent d'un homme à un autre. Ainsi, le même psaume n'agira pas de la même façon pour l'un ou pour l'autre. Chacun recevra son bien de la part de Dieu et des serviteurs de Dieu qui vivent dans ces psaumes.

Chaque psaume est vivant par la volonté de Dieu et chacun porte bienveillance, la bonne guidance, l'offrande à Dieu et la chance ou la bonne fortune.

L'homme n'a rien d'autre à faire que de réciter dans le respect, la dévotion, sans rien y mettre, sans avidité, mais juste pour honorer Dieu. Alors Dieu bénira, car Dieu a donné ces psaumes pour bénir. Celui qui accueille Dieu et accomplit sa volonté sera béni. Dieu allègera sa vie, son chemin de destinée des épreuves inutiles parce que l'homme a honoré Dieu.

Dieu est juste. Dieu est bon et généreux. Il a donné les psaumes pour bénir tous ceux et celles qui les accueilleront et les réciteront tous les jours. Accueillir les psaumes, c'est accueillir Dieu Lui-même, car les psaumes et Dieu sont un.

Réciter les psaumes, c'est être avec Dieu. Lorsque l'homme est avec Dieu, il doit être dans le lien avec une autorité divine, une toute-puissance.»¹

Le royaume de la Lumière est déjà là de toute éternité, mais c'est à l'homme de faire le travail de s'ouvrir.

Parfois dans la vie il y a des êtres qui cherchent désespérément « l'amour », d'un homme ou d'une femme pour s'unir, puis au bout de plusieurs années infructueuses et de déceptions ils se rendent compte que la personne qu'ils cherchaient était juste à côté d'eux depuis toujours. Ce genre de situation est connue, et ce qui est intéressant c'est d'observer que la personne qui était en recherche n'a pas pu voir celui ou celle qu'elle cherchait, car elle n'avait pas les yeux pour voir, les volets de sa maison étaient fermés. On peut vivre à côté de la beauté, de la splendeur sans même la voir.

¹ * source « la puissance d'une parole magique », Olivier Manitar, éditions Essénia

Aucun de nous n'est différent de cette histoire ; nous cherchons la lumière, alors qu'elle est déjà là mais seulement nous ne la cherchons pas au bon endroit, nous la cherchons dans le lointain, dans l'inaccessible.

Nous vivons étriés, confinés dans nos attentes stériles toujours tournés vers le monde extérieur, vers l'éphémère, alors que le royaume de la Lumière est là bien présent, mais dans un invisible tout proche de nous.

« La lumière est bien souvent imperceptible. »

Prenons l'exemple d'un concert de musique classique où nous pouvons savourer une symphonie jouée par tout un orchestre, tout est en ordre, la justesse est de rigueur et la musique agréable à l'oreille. Le tout forme un corps harmonieux où tout est à sa juste place. Cette harmonie nous permet d'élever notre perception et d'ouvrir notre cœur.

Imaginons maintenant que nous assistions à ce même concert et que les musiciens sont en retard, les instruments pas accordés, la symphonie inaudible tant elle est mal jouée. Nous constaterions dans une grande clarté le désordre qui s'offre à nous et chaque détail de ce désordre nous sauterait aux yeux.

Dans le cas de la première symphonie tout est en harmonie sans rien à redire tandis que dans la deuxième c'est un vacarme pour les oreilles, un désordre visible, palpable empêchant toute élévation intérieure.

Pourquoi cet exemple ? Parce qu'il illustre parfaitement que la lumière est bien souvent imperceptible tandis que le ténébreux est visible, bruyant, ce qui induit que nous finissons par nous concentrer sur lui en occultant que l'harmonie était bien présente mais invisible.

Pour rencontrer un psaume il faut pouvoir se concentrer sur cette matière invisible, et respirer avec elle, lui donner une attention aimante, l'accueillir, car la lumière est subtile et jamais elle ne s'imposera tant elle est délicate, elle est une caresse, un souffle, une pensée lumineuse, un sentiment noble mais elle est silencieuse. Il faut pouvoir entrer dans l'écoute d'un psaume, le prononcer puis le laisser agir sans rien attendre. Apprendre à être une coupe, vide de concepts et d'attentes, mais juste s'offrir à ce grand Invisible qu'est la lumière.

Toujours dans le dialogue théurgique entre Olivier Manitar et l'Archange Michaël, l'Archange nous dit ceci sur l'art d'accueillir un psaume :

« Demeurer vierge dans l'acte de la récitation du psaume, c'est ouvrir un espace pour que le Plus-Haut puisse Se manifester et toucher la terre intérieure, la conscience. C'est une pratique, une discipline, un art de vivre que tu dois mettre en place.

Être vierge, c'est être neutre, c'est ne rien attendre, ne pas avoir d'idée préconçue, mais laisser Dieu libre.

Le psaume, c'est Dieu Lui-même et il faut L'accueillir dans la pureté et la liberté. »

Dans le monde il y a une harmonie, une beauté, une sagesse qui existe mais nous ne le voyons pas, nous ne prenons pas le temps de la contemplation, la méditation. La lumière s'approche toujours par les vertus, comme le calme, la douceur, le silence, la subtilité.

ESSENCE DE MÉDITATION 2

S'ÉMERVEILLER

Les psaumes de la Bible sont une invitation, tout comme une bénédiction, une guérison, une libération. Et il s'agit d'apprendre à ouvrir nos yeux pour voir et nos oreilles pour entendre.

La vision se cultive, voir le beau une fois c'est facile, mais l'entretenir, c'est une discipline, une agriculture sacrée.

Bien souvent les hommes sont touchés par la lumière au départ puis ils n'arrivent pas à entretenir la beauté qui est venue les toucher, à cultiver la vertu de l'émerveillement. Nous devons redevenir des enfants, avoir cet œil qui s'émerveille de tout. Celui qui s'émerveille est avec la vie, il est comme une source jaillissante, de renouvellement permanent, pétillant, joyeux empli, alors il est la vie qui coule.

En celui qui a perdu cette capacité il y a comme quelque chose d'éteint en lequel plus rien n'est animé par des esprits lumineux. Il ne voit plus, tout est connu, il ne rentre pas dans les choses, ne cherche pas à connaître le monde qui l'entoure.

S'émerveiller est tout un chemin, une discipline, un art de vivre, il faut retrouver l'enfant en soi, l'innocence, la candeur, voir avec les yeux du cœur. Il y a dans le monde tout un tas de forces mises en action pour détourner l'homme, le distraire et surtout l'éloigner de cette part de lui qui s'émerveille.

*« Je suis l'émerveillement,
Et m'étends sur ton cœur, telle une onde de joie
au doux chant qui t'anime.*

*J'enveloppe tout ton être et pars de ton cœur-centre
pour, en ta coupe claire,
Tout t'emplir du bonheur.*

Émerveillement,

*Je suis les éclats de lumière reflétés en tes yeux,
contemplant l'Arbre de vie, vœu de la profonde nuit
Au creux secret de l'hiver. »²*

Le chemin de la lumière est semé d'embûches, alors oui on peut vite se faire séduire, détourner de la lumière par des plaisirs ou satisfactions terrestres, qui bien sûr ne sont pas à rejeter mais doivent être mis à leur juste place, en fonction du chemin que l'on souhaite suivre. Il faut être clair de là où l'on veut mettre son énergie et de ce que l'on met à la première place. Bien sûr il faut toujours voir le chemin dans son ensemble, car expérimenter une vie très matérielle peut s'avérer très positive et source d'éveil, tout comme un chemin très spirituel.

² Extrait de la prière de l'Ange de l'émerveillement, « Les mandalas des Anges », Olivier Manitar et Florence Crivello, Editions Essénia.

Tout dans notre vie doit trouver un équilibre, et le corps nous le montre très bien lorsqu'on essaie de tenir sur une jambe, nos bras penchent un peu à droite, puis un peu à gauche jusqu'à trouver l'équilibre.

L'équilibre est toujours au centre, et dans le corps de l'homme c'est le cœur.
L'homme doit pouvoir goûter avec les vertus du cœur.

« Le cœur est un organe particulier par sa position entre la tête, centre de la pensée, et le ventre, centre de la volonté. La volonté anime le corps tandis que la pensée l'oriente. Le cœur quant à lui, est l'instrument particulier de l'âme et donc d'une intelligence supérieure.

Si vous avez des impulsions intérieures et que votre cœur est équilibré, juste, en harmonie avec une clarté et une paix supérieure, l'âme se manifeste, touchant alors directement tous les règnes qui vivent autour de vous : les pierres, les plantes, les animaux, les hommes, mais aussi les esprits, les génies, les égrégores.

Si vous abandonnez votre cœur, si vous le laissez être capturé par les influences sombres, d'une intelligence et d'une volonté sans âme, si vous le laissez être conduit dans la prison de la souffrance, sachez que l'âme ne pourra plus se manifester, qu'elle perdra son pouvoir créateur et ne pourra donc pas accomplir sa mission sur la terre. »

*Psaume 173 v11-12-19, Évangile de l'Archange Ouriel
Préservez les valeurs du cœur et le chemin de l'âme »*

ESSENCE DE MÉDITATION 3

L'ART DE GOÛTER A LA LUMIÈRE



Si tu veux goûter un psaume, tu dois te préparer, t'ouvrir à lui, nettoyer ton œil, et te présenter devant lui dans l'humilité, demander à être enseigné.

C'est un envoyé de Dieu, et là il faut mesurer la grandeur de ces paroles.

Prenons un exemple : tu vas au restaurant puis on te sert une tarte aux fraises qui est nommée ainsi, et bien tu vas la manger simplement sans y mettre une attention particulière, maintenant si exactement le même plat t'est servi sauf que le chef cuisinier vient te voir et te dit : « alors vous voyez ces fraises ont été cultivées avec respect, délicatesse, amour, découpées finement et déposées avec le plus grand soin sur la pâte à tarte, le tout réalisé dans la prière et la bénédiction afin que tous les êtres qui s'en nourriront soient bénis, guéris, et ennoblis... », à ce moment-là la tarte ne sera pas savourée de la même manière.

On peut voir que toute cette explication donne du sens et de la valeur au plat.

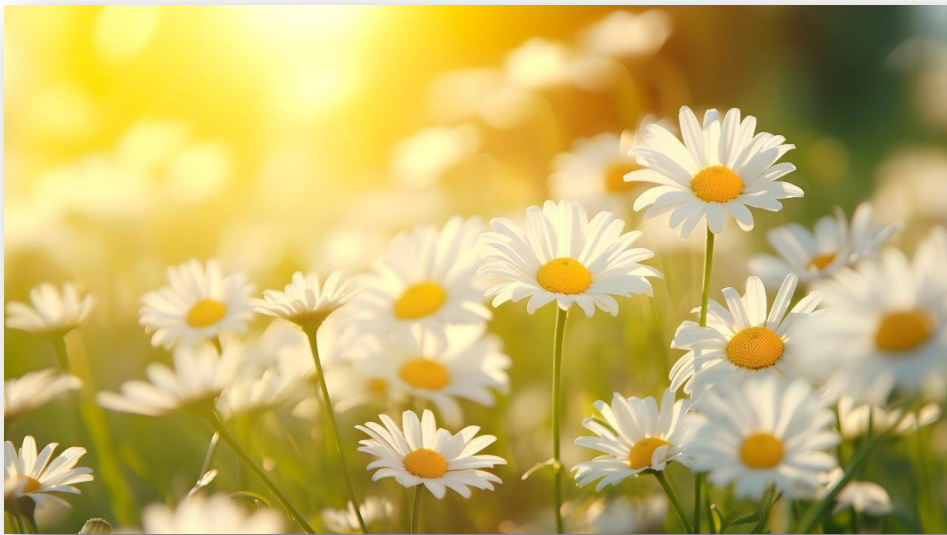
Donner de la valeur aux êtres est une beauté, un art de vivre avec noblesse. Nous les hommes nous aimons être reconnus pour ce que nous sommes, ce que nous portons, et cela nous touche. Donner de la valeur à un être c'est le chemin de la dignité.

« Ce que l'homme doit guérir et retrouver, c'est la royauté de son être, la dignité de la Lumière en lui, le rayon qui l'unit au soleil, aux étoiles et à toutes les créatures de la terre ; c'est aussi la flamme de vie et d'intelligence qui anime sa destinée, ainsi que son pouvoir créateur qui doit être bénéfique pour tous les êtres. »

*Psaume 139 v 7 Évangile de l'Archange Michaël
« les 3 Marches de la Dignité »*

Nous devons cultiver cette attention particulière face aux psaumes, vivifier la conscience qu'ils sont des êtres de lumière, de même que nous les humains nous aimons être considérés, un psaume l'aime tout autant, il se sent alors reconnu dans la mission qui lui a été confiée, celle d'amener un chemin de libération pour l'humanité.

Le prendre soin et la considération sont l'écrin de velours qui permet au psaume de fleurir.



ESSENCE DE MÉDITATION 4

QUI SONT LES ÊTRES QUI HABITENT LES PSAUMES ?

Extrait psaume 275, verset 1 à 9

Évangile de l'Archange Michael « Savoir accueillir l'intelligence d'un psaume »

« Si un Archange donne un psaume, ce ne sont pas que des paroles, c'est un être de lumière immortelle qui accepte de descendre des sphères supérieures pour venir vivre avec les hommes afin de les éduquer et de les conduire.

Cet être quitte le royaume de la lumière immortelle pour s'approcher des hommes parce qu'ils ne vivent pas dans la lumière. Il est un missionné de Dieu et il va rester avec les hommes jusqu'à que la volonté de Dieu soit accomplie. Cette volonté est contenue dans le psaume et cet être est le gardien et l'esprit du psaume.

Lorsque les hommes auront réalisé la volonté de Dieu contenue dans le psaume, cet être sera libéré et cela libérera les hommes et les mondes.

Bien sûr si les hommes sont inconscients, ignorants, grossiers et n'accueillent pas celui qui vient au nom de Dieu, l'esprit est triste, perdu car il se dit : « Je vais devoir rester très longtemps sur la terre. »

Vous les hommes, vous entendez et toujours vous pensez et toujours vous regardez comme des hommes non éduqués pour vivre et servir la lumière immortelle.

Eduquez-vous et devenez subtil, plus délicat, comprenez qu'il existe de multiples façons d'écouter un psaume.

Cultivez cet art de la prononciation et de l'écoute d'un psaume. Pensez à l'esprit de lumière qui vit à l'intérieur d'un psaume et qui cherche à vous illuminer. Honorez-le, et nourrissez-le de dévotion envers Dieu.

Si vous savez accueillir l'intelligence d'un psaume jusque dans vos pieds, votre vie quotidienne, un corps apparaîtra dans votre corps qui sera en accord avec la parole et l'intelligence immortelle de Dieu. Vous deviendrez des Esséniens, des Esséniennes, des Enfants de la Lumière »

Cet extrait de psaume est réellement à méditer, quel amour ! Ces êtres de lumière qui se sont sacrifiés, qui ont accepté de descendre jusque dans la densité de la terre pour éclairer les humains ! Ces êtres quittent un royaume de la lumière immortelle pour s'approcher des hommes et les illuminer. La première attitude est le respect et la gratitude.

S'il n'y avait pas la lumière sur la terre nous serions dans l'obscurité. Le monde divin est immuable, sans changement, il n'a pas besoin de l'homme pour exister, mais l'homme lui a besoin de la lumière pour vivre.

Savoir cultiver une attitude de respect, d'humilité et de dévotion devant un psaume est une clé. Pour recevoir il faut savoir donner.

ESSENCE DE MÉDITATION 5

QUE LES PSAUMES SOIENT TES GUIDES DE LUMIÈRE



Écoute le psaume même si tu ne le comprends pas, agenouille-toi devant lui, incline-toi, accepte d'être enseigné et fécondé par la sagesse qu'il contient. Accepte que l'être du psaume est plus grand que toi, qu'il est un mystère.

Bien souvent l'homme veut tout comprendre, contrôler et regarder avec les yeux du côté mortel. Devant un psaume ne laisse pas le côté mortel prendre le dessus, présente-toi devant lui comme un disciple, accepte d'entrer dans l'inconnu.

Si tu sais accueillir l'esprit d'un psaume, que tu le prononces comme un travail sacré, et bien à un moment donné tu vas te faire un ami. Pourquoi ? Simplement parce que tu auras créé un lien avec l'esprit, et dans les moments de ta vie où le tumulte arrivera ton ami sera là. C'est une expérience qui se vit.

Bien souvent l'homme se tourne vers Dieu lorsqu'il est dans l'épreuve et qu'il ne trouve plus d'issue, alors il implore le tout-puissant pour recevoir son aide.

Parfois c'est l'épreuve qui conduit l'homme à renouer le lien avec le Divin, l'épreuve devient celle qui éveille. D'ailleurs dans le mot « éveille » il y a « veille », cette notion qu'il faut toujours être en veille, c'est-à-dire avoir un feu de vigilance intérieure toujours allumé.

Alors voilà si dans ta vie tu cultives cette dévotion envers le savoir, envers l'intelligence des psaumes, et bien tu vas créer un réservoir de lumière ; toutes les paroles que tu auras prononcées et offertes seront là dans le caché de ton être et le jour où l'épreuve arrivera, toute la lumière accumulée viendra à ton secours pour t'éclairer, te guider afin de traverser la tempête en ayant un mât solide. Les psaumes sont une matière subtile lumineuse qui te construit une aura capable de traverser les tumultes de la vie en étant préparé, éduqué par un monde supérieur.



ESSENCE DE MÉDITATION 6

L'ART DE LA BONNE PRÉPARATION



Bien souvent l'homme est empli d'une avidité mortelle, un besoin inexplicable de se remplir. Dans le mot avide on entend « vide », mais vide de quoi ? de lui-même, de son être véritable.

La peur du vide, du manque, le pousse à se nourrir d'une façon déséquilibrée et cela se comprend et est tentant : être face à un livre sacré, empli de lumière et de magie : La Bible du nouveau commencement et alors comme chez un enfant vient l'envie de tout explorer, tout goûter. C'est un processus naturel de découverte mais à un moment donné il faut se poser, goûter et digérer.

Rencontrer la saveur du psaume, sa couleur, sa musique, son univers et être en capacité de communier avec lui c'est un travail.

Voici une concentration magique : *imagine et visualise que derrière le psaume il y a un double magique, un être de lumière qui est en attente.*

En attente de quoi ? Que tu le rencontres et que tu tisses un lien pour que vous puissiez communiquer tous les deux. Cet esprit a tout un monde à te transmettre mais comment faire si ta lecture est vagabonde et ne permet aucune digestion. Tu lis un psaume puis un autre sans laisser le temps que le lien se tisse et que tu laisses sa sagesse te toucher.

C'est ainsi qu'il faut différencier le travail commun dans la Nation Essénienne qui consiste à vivifier les psaumes, de permettre que leurs semences rayonnent dans les mondes de la magie et touche l'humanité, d'un travail plus individuel où chaque être est amené à être un porte-parole de psaumes.

Si tu savais à quel point ces êtres invisibles sont prêts à nous enseigner, mais voilà ils se retrouvent confrontés bien souvent à nos concepts d'hommes qui nous enferment et nous empêchent de recevoir.

Avant d'entrer dans la lecture sacrée d'un psaume pose-toi dans un état de calme et de réceptivité, redeviens une terre vierge prête à accueillir la semence d'un monde supérieur. Tu te prépares à une rencontre, et tout est contenu dans l'art de la bonne préparation.



« L'activité la plus importante pour l'homme est la préparation. La réussite appartient toujours Dieu, mais la victoire pour l'homme est dans la préparation.

Avant de te coucher, prépare-toi pour le voyage du sommeil. De même, avant de te lever, d'aller travailler, de manger, de prier, prépare-toi.

L'homme est une maison constituée de plusieurs pièces dans lesquelles se déroulent de nombreuses activités. La préparation permet de passer consciemment d'une pièce à l'autre pour y exercer chaque activité dans l'atmosphère qui lui est propre.

Si l'homme vit dans une seule pièce de sa maison, il mélange toutes les activités, engendrant désordres et maladies en lui. Dans ce mélange, aucune activité ne peut être conduite jusqu'à la perfection. Alors l'homme passe à côté de beaucoup de choses dans sa vie, car il ne vit rien à 100 %.

Pense toujours à éveiller ton attention dans une bonne préparation et ensuite passe à l'action.

L'art de la préparation ouvre une porte, d'une vie posée, réfléchie, consciente, subtile, cherchant à atteindre le but de toute activité : l'union avec Dieu, la vie partagée avec le Père.

L'homme ne vit pas seul, il est entouré par un monde subtil et vivant. Chaque fois qu'il se prépare à quelque chose, il active ce monde et invite en lui et autour de lui des intelligences et des forces qui l'aident et le soutiennent dans son œuvre. »

*Psaume 3 v 1-7 Évangile de l'Archange Michaël
« le Secret de la Perfection »*

ESSENCE DE MÉDITATION 7

L'AGRICULTURE SACRÉE



Pour être un bon jardinier, il est important de préparer sa terre, nous entendons ici la terre intérieure. Il y a la terre physique sur laquelle tu vis mais également une terre intérieure subtile, dans laquelle il se passe beaucoup de choses, et bien souvent à ton insu.

Un jardinier s'assurera de ne pas avoir de mauvaises herbes, soit il les enlèvera, soit il saura les utiliser afin de mettre leur énergie au service de ses plantations.

Quand tu décides de cheminer vers la lumière tu entres sur un chemin d'édification de l'être de lumière, un chemin de floraison du germe divin. Cet être a besoin de la meilleure nourriture qui soit.

Tu peux imaginer, c'est-à-dire créer des images en toi et autour de toi qui vont orienter ton attention d'une façon magique.

Concentre-toi sur l'idée de ton jardin intérieur, et visualise que chaque psaume, ou verset de psaume que tu actives devient instantanément une petite graine dans ton jardin. Tu peux choisir une graine en particulier, une parole d'Archange qui te touche et la faire grandir. Au départ elle sera une petite graine, puis un germe, puis une plante, puis une fleur, et enfin un parfum.

Que se passe-t-il dans un jardin parfumé ? Qu'est-ce que cela attire ? Qui aime le parfum de la lumière ? Les ANGES, les êtres subtils lumineux qui vont venir respirer autour de toi, qui vont chercher ton contact et tout cela sera bien existant mais dans l'autre terre que tu vas cultiver, ta terre de Lumière.

Telle la corolle de la fleur qui s'ouvre au soleil, des êtres lumineux voudront vivre à tes côtés dans tout ce que tu as de plus beau et plus délicat. Cette concentration magique t'invite à retourner ton attention à l'intérieur de ton être afin de vivre une vie plus large que la vie du corps terrestre.

Au départ d'un travail de vivification d'un psaume on peut avoir l'impression qu'il ne se passe rien, que c'est juste une lecture, mais si l'on s'approche de la bonne manière des psaumes, il en sera tout autrement. Il se passe beaucoup de choses que l'on ne voit pas. Les plantes sont parfois ainsi : on les voit pousser très peu et à un moment donné elle se mettent à grandir d'un coup. Pourquoi, tout simplement parce que dans les profondeurs de la terre tout un travail se faisait. Il ne faut pas se concentrer sur le résultat mais bien sur l'aspect du travail intérieur dans le caché qui donnera ses fruits en temps et en heure. Lorsque le fruit est mûr il tombe de l'arbre.



ESSENCE DE MÉDITATION 8

ACTIVATIONS PRATIQUES

Tu peux choisir un psaume qui te parle et le lire pendant 7 jours, 14 jours ou 21 jours.

Il y a une loi magique avec le chiffre 7 qui représente les sept sphères de la Création, les sept couleurs de l'arc-en-ciel, les sept notes de musique. Ainsi en activant une parole de psaume pendant 7 jours, tu l'actives dans les 7 centres, ce n'est bien sûr qu'une graine.

- *Tu peux nourrir ta pensée avec une parole d'Archange et la vivifier chaque jour. Cette pensée doit être au centre de ton attention, elle doit devenir la pensée directrice de ta journée, ta boussole, ton orientation. Plus tu la nourris en pensée, plus cette pensée va grandir et créer un éther autour de toi.*



- *Tu peux entrer dans la récitation de cette parole en offrant de l'encens (oliban consacré par l'Archange Raphaël lors de sa célébration). Ainsi par ta parole tu répands dans l'atmosphère un éther de vie, une respiration vertueuse.*



- *Tu peux écrire cette parole avec une plume et de l'encre magique dans un beau livre dédié à l'écriture de versets ou de psaumes entiers. L'écriture a ce pouvoir magique de fixer la pensée, lorsque tu écris d'une façon consciente, tu l'écris tout autour de toi dans ton aura.*



- Tu peux également écrire le verset d'un psaume qui te parle particulièrement sur un petit papier et l'insérer dans un pendentif prévu à cet effet ou le mettre dans un petit écrin que tu portes sur toi. Cela peut te permettre à un moment donné ou un autre de la journée, de te relier à lui, de t'en souvenir, de le conscientiser...



PRIÈRE



Dieu, Père et Mère,
grande famille des Dieux immortels, des Archanges et des Anges,
Toi, au centre du cercle de la Lumière et de la sagesse,
je Te porte en mon cœur et je m'offre à Toi pour Te servir.
Que les psaumes vivent en moi, qu'ils me parlent,
qu'ils vibrent, qu'ils Te nourrissent
afin que Tu apparaisses.
Toi, l'Éternel,
Toi, au-delà du monde des hommes,
Toi, le non-né et celui qui ne connaît pas la mort,
je prends refuge en Toi.
Toi, la lumière à l'intérieur,
apprends-moi à prononcer tes psaumes d'une façon juste
afin que Tu T'éveilles en moi.
Toi seul es la source de ma dévotion.
Tu es le Parfait,
qui apparaît dans ce monde éphémère d'ombres,
de fantômes, de souffrances et d'ignorance.
Je veux Te servir, T'accueillir, T'honorer
et partager avec Toi.
Je me concentre sur Toi.
Je T'offre mon hommage.
Je récite les psaumes sacrés
pour Te bénir et être avec Toi.
Je veux me donner à Toi.
Ouvre mes yeux, mes oreilles, mon souffle,
ma bouche, mon cœur, mes mains, ma digestion,
ma semence, mes genoux et mes pieds,
que je puisse porter tes psaumes
et vivre avec ta présence magique et créatrice.
Amin.

Prière 162 d'Olivier Manitar, psaume 279
Évangile de l'Archange Michaël « Dieu est présent dans les psaumes »

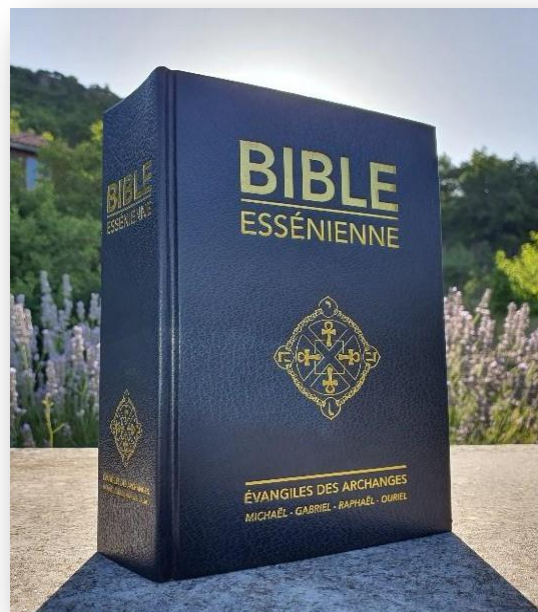
CONCLUSION

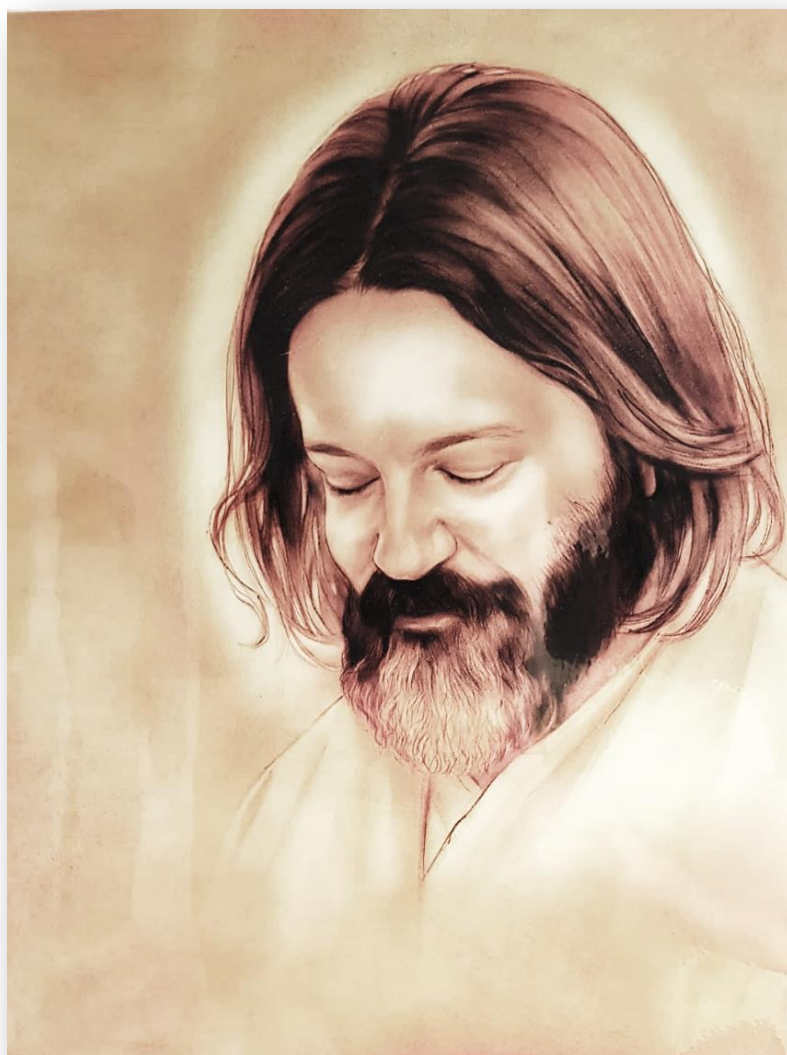
Puissent ces essences de méditation t'avoir ouvert une porte sur le monde vaste et sacré que nous permet la rencontre avec les êtres des psaumes et t'avoir permis d'entrer dans le monde subtil de l'éther pur et lumineux en lequel ils s'enracinent.

Et de même qu'ils sont nourriture de lumière pour toi puisses-tu en être un magnifique écrin qui les portera en ton cœur et ta conscience.

Surtout sens-toi libre et enthousiaste, à l'idée de vivre avec la Divine lumière des Psaumes.

Qu'ils soient heureux de toi, de ton respect, de ta dévotion, de ton ardeur à servir la Lumière.





Olivier Manitará

Gratitude



C'est avec une infinie gratitude
que nous dédions ce cours de l'Ecole Essénienne
à celui qui en est l'inspirateur et le père fondateur,
notre maître bien-aimé, Olivier Manitaro.
A travers lui, nous remercions tous les êtres,
visibles et invisibles,
qui constituent l'Alliance de Lumière de la Nation Essénienne,
et qui ont permis la réalisation de cette œuvre grandiose :
les pierres,
les plantes,
les animaux,
tous les grands Maîtres et leurs élèves,
les Anges,
les Archanges,
les Dieux,
et le grand mystère du Père et de la Mère,
nos divins Parents.

Merci.

Ce document appartient à

L'ÉCOLE ESSÉNIENNE



Pour en savoir plus
ecole-essenienne.world

pour contacter l'école
info@ecole-essenienne.world



Les Esséniens se considèrent comme des êtres humains parmi d'autres êtres humains, dans le grand respect de toutes les différences. Simplement, ils ont décidé de ne pas accepter comme une fatalité le monde qui cherche aujourd'hui à imposer un mode de pensée unique, et à transformer l'homme en un simple consommateur et profiteur de la vie.

Sans reproche, sans guerre ni rejet de ce monde qu'ils respectent, les Esséniens s'organisent en corps de nation, comme un peuple d'âmes dans tous les peuples pour faire apparaître un nouveau monde dans le monde : une nouvelle culture, une nouvelle religion et façon de voir le monde, une nouvelle économie et un nouvel art de vivre, en parfaite harmonie avec les mondes de la Mère et les mondes supérieurs du Père.

Au sein de l'Ecole Essénienne et de ses 7 étapes-écoles, l'école du cœur constitue la 1^{ère} porte et la 1^{ère} étape, celle qui ouvre l'accès à un enseignement libérateur, rare, précieux et d'une richesse infinie pour tous les chercheurs authentiques. C'est le chemin du cœur, qui est un chemin de dignité, de beauté, de grandeur, de royauté, et aussi d'humilité, de respect, de douceur, d'harmonie et de paix. C'est le grand chemin de la guérison, du pardon et de la réconciliation des mondes.

« Bienheureux celui qui a les yeux pour voir le trésor de Dieu là où il est, car il rencontrera la splendeur et la merveille, ici-bas comme dans l'au-delà. »